

Ēdienkarte**B.Launags 3nedēļa****Pirmdiena, 12.11.2018**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-1022	Vārīta ola/krējuma mērce <i>(Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	60/25	8.23	10.90	1.20	135.83
K-142	Zirnīši ar krējumu <i>(Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	40	1.60	1.00	5.05	37.30
K-30	Rudzu maize ar ķiploku sviestu <i>(Maize rudzu sagr. (*A 01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	30/10	1.83	8.47	14.79	142.79
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				11.67	20.37	27.03	339.95
KOPĀ: 100%				11.67	20.37	27.03	339.95
Pievienotais sāls 0.05 grami		Dārzeņi 35.2 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 25 grami			
Augļi un ogas 5 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Pārtikas tehnologs _____

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtīj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ēdienkarte**B.Launags 3nedēļa****Otrdiena, 13.11.2018**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
600	Asorti biežputra ar sviestu <i>(Piens 2.5% (*A 07), Auzu pārslas sver. (*A 01), Mannā putraini (*A 01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	7.15	8.49	30.88	228.54
K-47	Pļavas maize ar gaļas pastēti <i>(Maize graudu (*A 01;11), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/25	6.32	7.14	9.45	133.13
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				13.48	15.63	48.31	393.69
KOPĀ: 100%				13.48	15.63	48.31	393.69
	Pievienotais sāls 0.15 grami		Dārzeni 12.12 grami				
	Pievienotais cukurs 13 grami		Gaļa, zivs 29 grami			Piena produkti 120 grami	
	Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami			Siers, biezpiens 0 grami	
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

Pārtikas tehnologs _____

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtītj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2

Ēdienkarte**B.Launags 3nedēļa**

Trešdiena, 14.11.2018

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> (<i>Alerģēni</i>)	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-452	Cūkgaļas sardele	1	75	10.37	16.21	0.93	191.03
K-11	Sviestmaizes ar gurķiem (<i>Maize-baltmaize(*A01), Sviests 82% (*A 07)</i>)	1	20/5/20	1.84	3.02	10.56	78.11
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.07	0.00	6.64	25.20
				12.28	19.23	18.13	294.34
KOPĀ: 100%				12.28	19.23	18.13	294.34
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeņi 0 grami						
Pievienotais cukurs 0 grami	Gaļa, zivs 75 grami						
Augļi un ogas 20 grami	Kartupeļi 0 grami						
	Piena produkti 0 grami						
	Siers, biezpiens 0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Pārtikas tehnologs _____

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtīj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 3

Ēdienkarte**B.Launags 3nedēļa****Ceturtdiena, 15.11.2018**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-139	Mājas rasols <i>(Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07), Majonēze 76% (*A03;10), Gaļa desa Tīģerītis (*A 07), Sinepes krievu (*A 10))</i>	1	150	6.79	20.96	10.16	260.01
K-2	Saldskābmaize <i>(Maize saldskābā (*A 01))</i>	1	30	1.41	0.28	14.19	64.80
K-937	Tēja piparmētru	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				8.21	21.24	30.34	348.84
KOPĀ: 100%				8.21	21.24	30.34	348.84
Pievienotais sāls 0.2 grami	Dārzeņi 45 grami						
Pievienotais cukurs 6 grami	Gaļa, zivs 30 grami			Piena produkti 15 grami			
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 35 grami			Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Pārtikas tehnologs _____

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtīj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

Ēdienkarte**B.Launags 3nedēļa**

Piektdiena, 16.11.2018

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-1023	Biezpiena plācenīši/krējums vai <i>(Biezpiens vājpiena (*A 07), Oļas (*A 03), Milti kviešu a/l (*A 01), Mannā putraimi (*A 01), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	120/30	20.77	11.83	31.81	318.17
K-949	Tēja Karkadē	1	200	0.01	0.00	9.98	40.00
				20.78	11.83	41.79	358.17
KOPĀ: 100%				20.78	11.83	41.79	358.17
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeni 0 grami						
Pievienotais cukurs 20 grami	Gaļa, zivs 0 grami			Piena produkti 15 grami			
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami			Siers, biezpiens 97 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				13.28	17.66	33.12	347
KOPĀ:				66.42	88.30	165.60	1734.99
Pievienotais sāls 0.4 grami	Dārzeni 92.32 grami						
Pievienotais cukurs 45 grami	Gaļa, zivs 134 grami			Piena produkti 175 grami			
Augļi un ogas 25 grami	Kartupeļi 35 grami			Siers, biezpiens 97 grami			